

НАРОДНО-ПОБУТОВІ ФОРМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В КИЇВСЬКІЙ РУСІ

Тетяна ОКОЛЬНИЧА (Кіровоград)

В статі автор аналізує народно-побутові форми фізичного виховання. Автор показує, що народно-побутові форми фізичного виховання пов'язані з повсякденним життям народу, а саме з сімейним та господарським.

В статье автор анализирует народно-бытовые формы физического воспитания. Автор показывает, что народно-бытовые формы физического воспитания связаны с жизнью народа, а именно с семейной и хозяйственной.

Ключові слова: фізичне виховання, гра, забава, вечорниці, «вулиця», парубоцькі та дівчачі громади.

Наукові дослідження переконливо доводять, що дитина повинна перебувати під постійним виховним впливом матеріальної і духовної культури свого народу. Це потрібно насамперед для найповнішого розкриття природних здібностей дитини, розвитку її талантів, виявлення етнопедагогічних особливостей. Тому система освіти загалом і процес фізичного виховання зокрема, мусять бути саме національними.

З огляду на це підвищення ефективності фізичного виховання тісно переплітається з проблемами впровадження в практику елементів народної фізичної культури, які мають виховну, розвиваючу, культурну цінність. Народна фізична культура охоплює всю сукупність досягнень у створенні та раціональному використанні спеціальних засобів, методів і природних умов з метою цілеспрямованого фізичного вдосконалення людини.

Необхідно зазначити, що в останні роки значно збільшилася кількість досліджень історичних питань фізичної культури. З питань традицій фізичного виховання опубліковані наукові праці Є.Пристапи, В.Старкова, А.Цюся та інші; захищені кандидатські дисертації О.Вацеби, А.Вольчинського, О.Гречанюк, І.Кліш, П.Мартина, С.Мудрик, Я.Тимчака. У наукових роботах виявлено, описано й проаналізовано найбільш розповсюджені фізичні вправи та рухливі ігри в різні історичні періоди, наголошено на необхідності їх використання у школі й дошкільних закладах.

Метою нашого дослідження є аналіз основних народно-побутових форми фізичного виховання, зв'язок їх з повсякденним життям народу. В статі виділяються основні форми фізичного виховання в сім'ї, родині, племені, на "вулицях", вечорницях, парубочих і дівочих громадах.

Фізичне виховання, як і виховання взагалі, починається з перших днів життя дитини й виявляється через материнську опіку та догляд за немовлям. У практиці наших пращурів фізичне виховання починалося дуже рано, з маминої колискової пісні. Колиску вішали на рівні грудей матері, і вона була своєрідним термометром. Коли матері холодно, колиску піднімали вище, якщо гаряче – опускали нижче. Для нормального формування скелетно-опорного апарату дитину клали спати на рівну й не дуже м'яку постіль. Традиційно було прийнято сповивати дитину. Сповивали дитину протягом півроку. Якщо сон маляти довгий і спокійний, значить, дитина "здоровенька росте" [6; 166]. Мати, годуючи дитину, повинна дотримуватися відповідних правил, а саме: харчуватися здоровими стравами; бути в постійному русі, на свіжому повітрі; чергувати працю з відпочинком; не піддаватися негативним емоціям і хвилюванням; брати немовля на руки, багато до нього говорити. Правильно організований педагогічний вплив матері в період раннього дитинства має більше значення для розвитку дитини, ніж у наступні

вікові етапи. Саме в цей вік закладаються основи фізичного розвитку, кращих якостей людини.

У часи Київської Русі немовля обов'язково купали, натирали дитяче тіло, робили масаж, специфічні фізичні вправи, використовували потішки, великого значення надавалося природним засобам фізичного оздоровлення – сонцю, воді, вітру й росі, свіжому повітрю, цілющим травам.

Улітку на четвертий день після народження, дитину показували сонцю, місяцю, вітру, а взимку – на сьомий день. Батько брав дитину на руки і, переступаючи поріг, казав: “Пороги, поріженьки, маленькі й великі, тесані й різьблені, з дому дитя викликайте, на вулицю до людей заходьте, ніг не збивайте, очі бережіть”. Якщо в цей час на дворі світило сонце, то доля пророкувалася світлою, життя – спокійним і тихим. Батько повертався в хату, клав дитя в колиску, примовляючи: “Будеш сонце любити, долю свою берегти, щоб клопоти відійшли від твоїх плечей дитячих” [7, 240].

Для дітей перших років життя виготовляли різноманітні іграшки. Здебільшого вони були з глини. До них слід віднести кулясті брязкальця з конічними виступами з Дорогинича та фрагменти полив'яних орнаментованих писанок з Белза, Береста і Червена [1]. Ці іграшки датуються Х–ХІІІ ст. Іграшками є також полив'яні фігурки вершників, виявлені в Дорогиничі [1]. Фігурки пошкоджені, від них збереглися тільки верхні частини постатей у шоломах. У Володимирі-Волинському знайдено пошкоджену фігуру коня, на якій видно зброю і нижню частину вершника [1]. Аналогічні іграшки відомі з розкопок у Києві. Виробництво іграшок було дуже поширеним на Русі, а фігурка воїна є одним із найдавніших елементів в українській народній творчості від часів раннього середньовіччя і до наших днів.

Значне місце у фізичному вихованні дітей раннього віку займали різноманітні рухливі ігри та забави. Вони були найбільш доступними та універсальними для фізичного розвитку дітей і, на нашу думку, повинні широко використовуватись у сучасному сімейному фізичному вихованні. Головне завдання ігор та забав – удосконалення тіла людини.

У народній педагогіці визначено дві групи дитячих ігор. Перша – це спонтанні ігри. Вони виникають самі по собі й часто є наслідуванням дій дорослих. У таких іграх яскраво відтворюються естетичні начала народного життя, побуту, праці, уявлення про честь, гідність людини. Такі ігри сприяють розвитку в дитини асоціативного мислення, формують її характер.

Широко представлені в народній педагогіці ігри для фізичного розвитку дитини, окремих частин тіла дитини. Перший рік життя дитини мати намагалася найбільш ініціювати ті чи інші вправи для нормального

фізичного розвитку малюка: потягування, погладжування в супроводі різних ігор-потішок. Ці ігри забезпечували прискорений розвиток рук, зап'ясть, долонь, пальців ("Ручки", "Сова", "Сорока-Ворона", "Хані" та ін., розвиток м'язів ніг і тулуба, зміцнення скелетної структури ("Дибки-дибки", "Їде, їде пан", "Куй, куй, ковалі"), розвиток м'язів шиї і координації рухів ("Печу, печу хлібець", "Чолом чокать", "Турі", "Барана давать"). Використовувалися ігри з різновидами масажу ("Тутусі", "Тушки-потягушки" та ін.)

Ігри сприяли виявленню різноманітних здібностей та нахилів дитини, задовольняють її природний інстинкт. Діти, граючись, бігають, стрибають, перелазять через перешкоди.

До другої групи народних ігор можна віднести ігри, спеціально створені для розваг. У них, здебільшого, є правила, які створювалися століттями, шліфувалися й слугували вихованню в дитини спритності, рішучості, самостійності.

В етнографічній літературі описано багато ігор, які пов'язані з бігом, швидкими рухами, метушнею-боротьбою, випробуванням сил:

Латка-битка – шовкова нитка! –

На тобі воші, а мені гроші!

Як не віддаси, завтра в борщі з'їси! –

вигукували діти, доганяючи один одного. "Довгою лозою" називалася гра, коли хлопчики ставали в ряд, нахилялися, і останній перестрибував через усіх гравців. Гра "Дрібушечки" полягала в тому, що двоє бралися за руки і кружляли, доки хто-небудь не падав.

Будь-якої пори, за будь-яких обставин діти влаштовували свої забави, використовуючи для них усе, що попадалося під руку. Для гри в "Шкандибки" брали короткий ціпок й кидали його так, щоб він торкався землі обома кінцями. Щоб урізноманітнити свої ігри, хлопчики робили м'ячі, що було улюбленою забавою малих дітей і молоді. Діти робили м'ячі із звичайної коров'ячої шерсті (її мочили й поступово збивали, іноді для більшої м'якості поверх обв'язували ниткою), а також з дерева, свинячого міхура, вичищеного піском і висушеного.

Народні дитячі ігри Київської Русі поділяють за порами року на весняні, літні, осінні й зимові. Так, навесні діти бавилися в "Шума", "Гуси", "Подольночку". Літом популярними були такі ігри: "Золоті ворота", "Косарі", "Коза-дереза", "Хусточка", "Городки", восени – "Гарбуз" (з піснею "Ходить гарбуз по городу"), "Зайчик" (з піснею "Заїньку за голівоньку"), "Квач", "Піжмурки". Узимку улюбленими дитячими іграми були "Сніжки", "Миші", "Зайчик", "Кіт та миша", "Ой, до нори, Мишко", "День і ніч" [3; 5].

Традиційною формою самоорганізації молоді були парубочі й дівочі громади.

“Парубки”, на думку етнографів [3; 219], складали особливу громадську групу, яка жила “своїми інтересами, мала свої турботи та задоволення, свої права та обов’язки, своє особливе значення в житті села” [3, 765]. Порівняно з хлопцями-підлітками парубки користувалися певною увагою громади. Народна свідомість відзначила приємними епітетами групи молоді обох статей і з’єднала їх в одне улюблене прислів’я: “чесне дівочтво і славне парубоцтво”. “То вже парубок!” – казали про певного хлопця, вкладаючи в ці слова симпатію та повагу.

Прийняття в парубоцтво обов’язково супроводжувалося випробуванням фізичної підготовленості кандидатів.

Хлопців змушували видиратися на високий стовп, щоб показати своє вміння танцювати, або їздити верхи на коні. У деяких селах на річці Псел хлопець мусив переплисти річку під водою, тримаючи в руках важкий камінь.

Великого значення при прийомі хлопців у парубочі громади надавалося перевірці їхніх професійних селянських умінь і навичок, що теж вимагали високого рівня розвитку фізичних якостей. Найчастіше проводився іспит на косаря [6]. Парубок, майбутній селянин-господар, мав показати себе вправним косарем.

Саме звідси існувало прислів’я “Косар – то вже парубок”. Обряд безпосереднього прийняття хлопця до парубочої громади супроводжувався певними урочистостями й називався “коронування” [3]. М. Грушевський писав: “Церемонія вступу нового члена до парубочої громади місцями досі зветься “коронуванням” і імітує старе “всаження на коня”, піднесення на князівство, на ватажківство...” [4, 246]. Відбувалося це так: після попередньої заяви хлопця про його бажання “парубкувати”, парубки збиралися в певному місці. Кандидат в парубки кланявся присутнім, і його тричі піднімали на руках високо вгору.

В окремих регіонах юнака під час прийому до парубочої громади садовили на коня. Тоді він “приїздить, басує конем, а його вітають оплесками й піснями” [2, 12].

Пройшовши обряд прийому в парубки, хлопець ставав повноправним парубком. Йому дозволялося носити парубочий одяг, запускати вуса, відвідувати вечорниці й вулиці.

Життя і побут парубка постійно супроводжувалися виконанням фізичних вправ і доведенням своєї сили, спритності витривалості та сміливості. Зокрема, як уже зазначалося, обрядові дієства під час свят вимагали виконання фізичних вправ, ігор та змагань. Це ж саме проводилося на “вулицях” та “вечорницях”. Розповсюдженою формою фізичного гарту були бійки та кулачні бої між різними громадами.

Вихід із парубочої громади наступав із моменту одруження парубка й супроводжувався деякими ритуалами під час весілля.

На відміну від парубочих, дівочі громади були менш організовані й мали інші завдання та способи дій.

У свята на “вулицях” і вечорницях дівчата грали в різноманітні ігри й забави. Ці ігри характеризувалися великою поетичністю і мелодійністю, пов’язувалися з гаданнями-ворожіннями, з чаруваннями, з мріями про майбутнє заміжжя і щасливе подружнє життя.

Найпоширенішою формою проведення молодіжного дозвілля з найдавніших часів була “вулиця” – “своєрідний клуб молоді, де ця молодь танцювала, співала, жартувала, знайомилась між собою та проводила різні ігри” [7, 268].

Л. Болтарович так характеризує вулицю: “Це значить: хлопці і дівчата села починають щодня виходити на вулицю, сходяться в певному місці, на степок або розлоге місце, біля церкви і співають веснянок у виконанні антифонного величання двох хорів: парубочого й дівочого, що в більшості протиставляються один одному” [2, 99].

Зібрання молоді, як правило, відбувалось у певному, заздалегідь призначеному місці: на вулицях, перехрестях доріг, майданах, посеред села, у лузі, біля річки чи на леваді – це залежало від місцевих обставин.

Ввечері першими на “вулицю” збиралися дівчата й починали співати різних пісень. Деякі з них були спеціально призначені для “вулиці”. Пізніше, теж зі співом, приходили парубки. Дівочі пісні, як правило, вихваляли дівчат і молодичь і принижували парубків. М. Грушевський писав, що ці передирки громад належали до дуже старих форм гуртового флірту. Проте з часом “вулиці” втратили свої стародавні репертуари, прийняли нові літературні мотиви. До нас дійшли “майже винятково співи дівочього хору, можливо, тому, що забави і ігри... зійшли виключно на дівочькі забави” [4, 293].

У святкові дні на “вулицю” приходили й батьки, щоб помилуватися з гарних пластичних танців їх дітей та послухати веселих пісень. “Танці на вулиці, – пише С. Килимник, – проводилися досить досконалі й навіть витончені, незважаючи на невідповідні умови для цього [6, 163].

Поширеною формою молодіжного дозвілля були вечорниці.

У великих селах, де було багато молоді, кожний куток мав оселю для вечорниць.

За змістом вечорниці бували двох видів: буденні та святкові. На буденних вечорницях дівчата поєднували розваги з працею. На святкових вечорницях молодь розважалася, зав’язувала стосунки, танцювала, співала, грала в ігри тощо.

Всі дослідники сходяться на тому, що вечірні й нічні зібрання молоді ґрунтувалися на суворій моральності. Молодь не дозволяла собі ніякої нескромності і не виходила за межі моральних засад та звичаїв.

Невід'ємною складовою частиною вечорниць були танці, ігри та забави. Вони поєднувалися, як правило, з короткими жартівливими сценками або примовками. Найбільшого розповсюдження набули такі ігри: “Панас”, “Петрушка”, Гудзик”, “Лист”, “Каплун”, “Млин”, “Шута” та ін.

Отже, народно-побутові форми фізичного виховання пов'язані з повсякденним життям народу, а саме з сімейними та господарськими обрядами.

БІБЛІОГРАФІЯ

1. Археологія Української РСР: У 3 т. – К.: Наук. думка, 1971. – Т. 2. – 504 с.
2. Болтарович З. Традиції сімейного виховання // Народна творчість та етнографія. – 1993. – № 2. – С.16–24.
3. Вашенко Г. Виховний ідеал. – Полтава, 1994. – Т. 1. – 58 с.
4. Грушевський М.С. Історія української літератури: У 6-ти т., 9 кн. – Т.1. – К.: Либідь, 1993. – 392 с.
5. Заглада Н. Побут селянської дитини. Матеріали до монографії с. Старосілля // Матеріали до етнології. – К., 1929. – Т. 1. – С.22, 28.
6. Килимник С. Український рік у народних звичаях в історичному освітленні: У 3–4 кн., 6-ти т.). – Факс. вид. – К.: АТ “Обереги”, 1994. – Кн.1. – Т.1.: Зимовий цикл; Т. 2: Весняний цикл. – 400 с.
7. Крип'якевич І. Історія України. – Львів: Світ, 1992. – 560 с.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

Окольніча Тетяна Володимирівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки КДПУ ім. В.Винниченка

Коло наукових інтересів: дослідження історико-педагогічних процесів України.